

TENDENCIAS ACTUALES DE LA CURA BALNEARIA

FRANCISCO MARAVER EYZAGUIRRE
DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL
DE HIDROLOGÍA MÉDICA E HIDROTERAPIA DE LA UCM

Introducción

Tras recordar algunos conceptos elementales, pasamos a señalar las indicaciones actuales de la Cura Balnearia, para ello recurriremos a diferentes fuentes: trabajos realizados bajo nuestra dirección sobre la población balnearia española; a los propios profesionales que desarrollan su labor a pie de manantial y a la bibliografía crítica de la disciplina.

Conceptos:

La **Hidrología Médica o Medicina Termal** puede definirse como lo establece la Comisión Nacional de la Especialidad, como el estudio de las aguas minero-medicinales, marinas y potables ordinarias, y sus acciones sobre el organismo humano en estado de salud y enfermedad.

La Hidrología Médica, Crenoterapia de los franceses o Balneoterapia de los alemanes, se ocupa, por tanto, del estudio de las **aguas minero-medicinales** y de su posible utilización terapéutica y/o preventiva, entendiéndose por **aguas minero-medicinales** aquellas soluciones difícilmente reproducibles artificialmente, dotadas de peculiaridades propias sobre el organismo humano sano o enfermo que justifican sean declaradas de utilidad pública por los organismos oficiales competentes.

Otra variedad en la utilización de las aguas naturales es la "**Talasoterapia**" que emplea las aguas de mar o lago salado, como remedio terapéutico o preventivo.

En cualquier caso es en el agua, concretamente en su estructura y en las sustancias que porta en disolución o en suspensión, en donde radica el trascendental papel de la misma en las activida-

des vitales, y, en nuestro caso, en las actividades terapéuticas y/o preventivas.

A la estructura del agua hay que añadir, como acabamos de señalar, la interacción con los distintos solutos que porta y que, en definitiva, configuran sus características físico-químicas, consecuencia directa de las rocas que atraviesa hasta su punto de emergencia, pues su mineralización depende: de la temperatura y presión del lugar donde ocurre la mineralización, de las sustancias minerales que encuentran a su paso y los gases disueltos que pueden modificar el pH y rH de las mismas. Fenómenos estos que se producen por disolución, por reacciones químicas y/o aportes gaseosos.

Consecuencia de ello es que los efectos terapéuticos de las aguas minero-medicinales se alcanzan, en su total plenitud, **“a pie de manantial”**, en el origen del mismo, donde el agua se manifiesta con todas sus propiedades y características.

Indicaciones de la cura balnearia

Para el desarrollo de este apartado, lo hemos subdividido en cinco partes que recogen las indicaciones principales, es decir: Reumatología-Postrauatismos, Respiratorio, Digestivo, Riñón y Vías Urinarias y Dermatología.

En cada una de las partes, seguiremos el mismo esquema: recordaremos los tipos de aguas empleadas con ejemplos y las indicaciones fundamentales.

REUMATOLOGÍA -POSTRAUATISMOS

Tipos de aguas:

Excitantes:

Cloruradas sódicas: Archena, Arnedillo, Caldad de Besaya, Caldad de Montbuy, Fitero, Lanjarón-Salado, La Toja...

Sulfuradas hipertermales: Cuntis, Ledesma, Lugo, Montemayor, Retortillo...

Sedantes:

Sulfatadas cálcicas: Alhama de Granada...

Bicarbonatadas hipertermales: Alhama de Aragón, Molgas...

Oligometálicas radiactivas: Caldas de Bohí, Caldas de Oviedo, Caldas de Tuy...

Peloides: Archena, Arnedillo, Caldas de Bohí, Graena, El Raposo...

Estufas de vapor: Alhama de Aragón, Archena, Arnedillo, Caldas de Bohí, Caldas de Montbuy, Caldas de Oviedo, Ledesma, Fitero, Fortuna, Retortillo...

Indicaciones

Reumatismos Crónicos Inflammatorios: especialmente en la artritis reumatoidea, para combatir la atrofia, retracciones, contracturas y prevenir las deformaciones y la anquilosis y la espondiloartritis anquilopoyética, para combatir rigideces raquídeas y pérdida de función de las articulaciones afectadas y tonificar la musculatura paravertebral.

Reumatismos Crónicos degenerativos: (Artrosis) en todas sus localizaciones, con notables mejorías desde el punto de vista funcional y subjetivo, ya que retardan la evolución, mejoran la capacidad funcional y disminuyen el dolor.

Reumatismos Para-articulares, (las neuritis y neuralgias, ciáticas y lumbociáticas), una vez desaparecidos los síntomas neurológicos agudos, sobre todo los refractarios al tratamiento farmacológico y fisioterapéutico general.

Reumatismos Metabólicos, sobre todo los enfermos gotosos, en las formas poliartríticas y en fases intercríticas.

Secuelas Post-traumáticas, con acortamientos en el tiempo de recuperación.

RESPIRATORIO

Tipos de aguas:

Sulfuradas cálcicas: Liérganes, Fuente Podrida...

Sulfuradas sódicas: Cuntis, Ledesma, Lugo, Montemayor, Retortillo, Caldas de Bohí...

Sulfuradas cloruradas: Archena, Caldas de Reyes, Caldas de Tuy, Paracuellos de Jiloca, Tona Codina...

Cloruradas sódicas: Fortuna, Caldas de Montbuy, Lanjarón-Salado...

Radiactivas: Fuente Amargosa de Tolox, Caldas de Bohí, Caldas de Oviedo...

Indicaciones

Rinitis crónica simple: con aguas sulfuradas que impiden o dificultan el paso a hipertrófica o atrófica.

Rinitis hipertróficas: que generalmente requieren intervención, en las que se utilizan como coadyuvante las aguas sulfuradas.

Rinitis atróficas: sulfuradas cálcicas.

Sinusitis crónicas: aguas sulfuradas como coadyuvante.

Catarro nasofaríngeo crónico: aguas sulfuradas y radiactivas.

Laringitis traqueal crónica: formas simples o hipertróficas, aguas sulfuradas; si predominio de espasmo o edema, aguas radiactivas.

EPOC: si en la Bronquitis predomina la inflamación, aguas sulfuradas; si predomina la hipertrofia mucosa y linfática,

aguas cloruradas o sulfuradas-cloruradas; si predomina el componente espasmódico, radiactivas. Como es natural, en las Bronquiectasias, Esclerosis pulmonar y en el Enfisema, no se logra la curación pero mejoran las lesiones sobreañadidas.

Asma bronquial: dan buenos resultados las sulfuradas cálcicas y las radiactivas.

DIGESTIVO

Tipos de aguas:

Bicarbonatadas sódicas: Mondariz, Caldas de Malavella-Vichy Catalán, Verín-Cabreiroá...

Bicarbonatadas calcicas: Marmolejo...

Bicarbonatadas mixtas: Cofrentes, Lanjarón-Salud II...

Cloruradas-Sulfatadas: Cestona, Vallfogona de Riucorb...

Cloruradas mixtas: Lanjarón-Capuchina...

Sulfatadas sódicas: Carabaña...

Radiactivas: San Hilario de Sacalm...

Sulfuradas: Carballino, Guitiriz...

Indicaciones

Dispepsias: con aguas bicarbonatadas sódicas, sulfatadas o mixtas.

Ulcus péptico gástrico o duodenal: como coadyuvante aguas bicarbonatadas o radiactivas.

Hernias de Hiato: bicarbonatadas.

Síndrome postgastrectomizados: bicarbonatadas.

Estreñimiento y constipación: si ligado a colecistopatías, cloruradas sulfatadas, clorurado bicarbonatadas y sulfuradas sódicas; si por atonía intestinal, sulfata-

das mixtas cloruradas o bicarbonatadas, o más hipertónicas sulfatadas sódicas o magnésicas.

Insuficiencias hepáticas moderadas: bicarbonatadas mixtas o sulfuradas.

Litiasis biliar: con hiperclorhidria e hipercinesia, bicarbonatadas mixtas y sulfuradas; con hipoclorhidria e hipocinesia, clorurada sulfatada o bicarbonatada sulfatada.

Discinesias: si atónicas, sulfatadas cloruradas o sulfatadas bicarbonatadas; si hipertónicas, bicarbonatadas mixtas o sulfuradas; si dolorosas, oligometálicas radiactivas.

Colecistitis crónicas: bicarbonatadas mixtas y sulfuradas.

Diverticulosis sigmoidea: las aguas sulfatadas favorecen la tolerancia a la enfermedad.

Prurito anal, con aguas sulfatadas o radiactivas.

RIÑÓN Y VÍAS URINARIAS

Tipos de aguas:

"Aguas diuréticas" de escasa mineralización: Corconte, Jaraba, Solán de Cabras, Lanjarón-San Vicente, Vilas del Turbón, Babilafuente, Caldas de Bohí...

Indicaciones

Insuficiencia renal leve: cuando cursa con albuminuria nuy moderada.

Litiasis renal: sobre todo como preventivas de la formación de cálculos úricos, oxálicos o fosfátidos, facilitando la expulsión.

Infecciones de las vías urinarias: pues pueden evitar el paso a la cronicidad.

DERMATOLOGÍA

Tipos de aguas:

Sulfuradas cálcicas: Alceda, Caldas de Réis, Carratraca, Cuntis, Fuente Podrida...

Sulfurado clorurada: Archena, Paracuellos de Jiloca, Fuente Amarga de Chiclana...

Sulfurada sódica: Ledesma, Lugo, Montemayor, Retortillo, Carballo, Partovia, Caldas de Bohí...

Cloruradas sódicas: Medina del Campo, La Toja, San Juan de Campos...

Bicarbonatada cálcica: Villavieja de Nules...

Indicaciones

Los eczemas: con aguas sulfuradas si es seborreico.

La psoriasis: con aguas cloruradas y sulfuradas.

Los pruritos: de tipo orificiales, que ceden cuando son de naturaleza dermatológica.

Secuelas de quemaduras: evitándose las cicatrices hipertróficas y las discromías.

Liquen plano: bucal y muy doloroso pues son erosivos.

Dermatosis: como la ictiosis o las úlceras varicosas, siempre como coadyuvante.

Bibliografía

AMELUNG, W. y HILDEBRANDT, G.: *Balneologie und medizinische Klimatologie*. Berlín, Springer-Verlag, 1985.

ARMIJO VALENZUELA, M.: "La Cura Balnearia terapéutica compleja", *An. R. Acad. de Medicina de Zaragoza*, Zaragoza, LX, 27-47, 1993.

ARMIJO, A.; CEBALLOS, M.; CORVILLO, I.; MARAVER, F.; SAN JOSÉ, J. y SAN MARTÍN, J.: *Hidrología*. Organización Médica colegial. Madrid. Litoprint, S.A., 1990.

ARMIJO, M.; SAN MARTÍN, J.; ARMIJO, F.; CEBALLOS, M.A. y SAN MARTÍN, I.: *Curas Balnearias y Climáticas, Talasoterapia y Helioterapia*. Madrid, Ed. Complutense, 1994.

BOULANGÉ, M.: *Les Vertus des Cures Thermales*. Montpellier, Ed. Espaces 34, 1997.

BRUCE E. BECKER, M. D. y ANDREW J. COLE, M. D.: *Comprehensive Aquatic Therapy*. Boston, Butterworth-Heinemann, 1997.

CEBALLOS HERNANDEZ, M. A.: *Glosario de Hidrología Médica*. Madrid. Universidad Europea – CEES Ediciones, 2.001.

FLURIN, R. et DE LA TOUR, J.: *Les Cures Thermales*. París, Expansion Scientifique Française, 1986.

GONZALEZ, A. y GONZALEZ-CRUZ, A.: "Indicaciones y contraindicaciones del termalismo en la tercera edad". *R. Acad. de Medicina de Zaragoza*, (1991), LVI, 165-166.

HÉRISSON, Ch. (dir.): *Crénothérapie et Réadaptation*. París. Masson Ed., 1989.

HÉRISSON, Ch. et SIMON, L. (dir.): *Hydrothérapie et Kinébalnéothérapie*. París. Masson Ed., 1987.

MARAVER EYZAGUIRRE, F.: "Criteres de classement des ressources hydrothermales". *O Termalismo na Comunidade europeia, Seminario Internacional*, Estoril, 13-15 mayo 1992.

MESSINA, B. e GROSSI, F.: *Elementi di Idrologie Medica*. Roma, Ed. Universo, 1984.

PRATZEL, H.G. (Ed): *Health Resort Medicin*. München, I.S.M.H. Verlag Geretsried, 1995.

PRATZEL, H.G. (Ed): *Sulphur in Health Resort Medicin*. München, I.S.M.H. Verlag Geretsried, 1995.

PRATZEL, H.G. y SCHNIZER, W.: *Handbush der Medizinischen Bäder*. Heidelberg, Haug Verlag, 1992.

SAN JOSÉ ARANGO, C.: *Hidrología Médica y terapias complementarias*. Sevilla. Universidad de Sevilla, 1998.

SAN JOSÉ ARANGO, C.: *Guía Médica de los Balnearios de España*. Sevilla. Universidad de Sevilla – Fundación el Monte, 2000.

SCHILLINGER, P. et BARDELAY, G.: *La Cure Thermale*. París, Ed. Frison Roche, 1989.

SCHMIDT, K.L.: *Kompendum der Balneologie und Kurortmedizin*. Steinkopff Verlag, 1989.

V.V.A.A.: *Técnicas Hidrotermales*. Ed. Videocinco, 2000.

Breve diccionario de conceptos básicos

AEROSOL: Aplicaciones inhalatorias de Agua Minero-Medicinal, mediante aparatos especiales que producen partículas de vapor finísimas.

BAÑO: Es la técnica que consiste en la inmersión en el Agua Minero-Medicinal durante un tiempo y temperatura determinados.

BAÑO DE BURBUJAS: Inmersión en una bañera con Agua Minero-Medicinal, a la que se añade aire a presión.

BAÑO DE HIDROMASAJE: Técnica de baño que consiste en añadir Agua a presión con el fin de dar movimiento al Agua Minero-Medicinal para que actúe como masaje.

CHORRO A PRESIÓN: Aplicación del Agua Minero-Medicinal de forma manual con más o menos presión y continuidad.

CURA HIDROPÍNICA: Consiste en la ingestión oral de Agua Minero-Medicinal a un tiempo y ritmo determinados por el médico, con efectos terapéuticos.

DUCHA CIRCULAR: Aplicación del Agua Minero-Medicinal a baja presión con salida por múltiples orificios.

DUCHA ESCOCESA: Aplicación del Agua Minero-Medicinal alternando caliente y fría.

DUCHA VICHY: Masaje combinado seco y bajo Agua Minero-Medicinal.

ESTUFA DE VAPOR: Sala de vapor húmedo.

HIDROLOGÍA MÉDICA: es la Ciencia que estudia las acciones de las Aguas sobre el organismo y su aplicación con fines terapéuticos.

INHALACIONES: Técnica inhalatoria de vapor y agua termal (vías respiratorias bajas).

LODOS: Barros que se forman al mezclar tierra con el Agua Minero-Medicinal.

MANILUVIOS: Baño de las manos y parte de los brazos.

MASAJE MANUAL: Consiste en practicar fricciones o presiones sobre el cuerpo con las manos.

NEBULIZACIONES: Inhalaciones de gota gruesa.

PARAFANGOS: Es la mezcla de fangos o lodos con parafina para aplicaciones en una o varias partes del organismo.

PEDILUVIOS: Baño de los pies y parte de las piernas.

PULVERIZACIONES: Técnica inhalatoria de vapor y agua termal (vías respiratorias altas).

SAUNA: Calor seco en cabina.

VAPORARIO: Producción de vapor que se aplica al cuerpo humano con fines terapéuticos.